

＼知ることからはじめよう、脳の健康。／



脳の健康度チェック会

認知症は、誰でもかかる可能性のある身近な病気です。
元気に自分らしい生活を送るために
体の健康と同じく「脳の健康」も大切です。
自分の脳の健康度を意識することに
遅すぎるとか早すぎるといことはありません。
脳の健康度をチェックしてみませんか？

認知症予防
ミニ講座
付きです

測定方法

タブレットを
タッチして
脳の健康状態
を測ります

測定時間は
約15～30分

トランプゲーム
感覚で簡単に
チェックするこ
とができます



開催日・会場

対 象

市内在住で65歳以上の方

令和8年

11月27日(金)

仁井田公民館・研修室

令和9年

1月30日(土)

荒井公民館・研修室

	受付時間	定員	内 容
1回目	9:30	8人	・脳の健康度チェック ・認知症予防講座
2回目	10:30	8人	※上記二つの内容で 1回あたり約50分 です

※内容は各回すべて同じです

【問い合わせ・申し込み先】

本宮市本宮第二地域包括支援センター

本宮市 保健福祉部 高齢福祉課

☎0243-34-3344

☎0243-24-5204